



キクイモとキクイモの花



山之内 ^{やすあき}安明 さん (72)

〔金峰キクイモ研究会 代表〕

南さつま **縁 人**

VOL.42

MINAMISATSUMA ENGINE



健康食材として注目されている北米原産の「キクイモ」をご存知でしょうか。

イモと言ってもキク科ヒマワリ属で、シヨウガの形に似た根の部分食用とする植物です。血糖値や中性脂肪の改善、便秘解消に効果があるとされるイヌリンを多く含むことで知られています。

42年間勤めた警視庁を定年退職した約10年前、偶然キクイモの存在を知った山之内さん。本市へのUターンをきっかけに自宅の畑などで育てて食べ、悪かった肝機能や血糖値の数値が改善してきたことから、その機能性の高さを実感したと言います。

山之内さんは、「キクイモを食べて住民や地域がいつまでも元気であって欲しい」という想いから、友人らに声を掛け3年前に『金峰キクイモ研究会』を立ち上げました。同研究会には現在20名の会員がおり、市内の道の駅やスーパーで販売するほか、県外のサプリメント会社からの注文もあるようで、キクイモへ



の関心は高まっていると話します。現在は新型コロナウイルス感染症の影響で開催していませんが、以前開催した勉強会には市内外から一度に100名を超える参加もあり、これまでに延べ500名以上に栽培方法などを伝授してきました。

キクイモは例年、霜が降りる11月下旬頃から収穫が始まり翌年2月まで続きます。

山之内さんは「キクイモは花も綺麗で害獣も寄り付かない。キクイモを食べて元気になってもらえば嬉しい。栽培方法や食べ方など興味があれば伝授したい」と話しました。

※問い合わせ

080(6585)2058

南さつま市に住む人、働く人、生き生きと活動している人を、南さつま市の輝く原動力（エンジン）としてご紹介します。